



El terapeuta francés Serge Peyrot creó en 1985 la Terapia Morfoanalítica (TM), un marco terapéutico que considera que cuerpo y mente son dos caras de una misma moneda: el Ser. Ambas contienen la misma memoria corporal-emocional vivida desde que el bebé está en el útero materno hasta el momento presente. Por ello, desde la TM se considera una necesidad y una ventaja abordar a la persona tanto en su dimensión física como psíquica.

#### ENTREVISTA

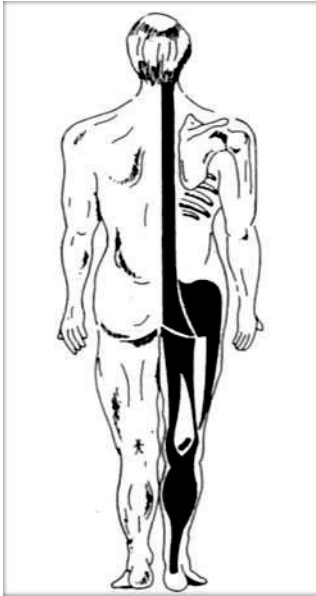
Pero, vayamos a los inicios. Serge Peyrot comienza su formación como fisioterapeuta, en la Universidad de Aix-Marsella. Creo que ya en esos momentos se encuentra con algo que le hace dudar de si la fisioterapia será un marco terapéutico completo: un libro. ¿Qué libro era ese y qué significó para Ud.?

Todavía estaba estudiando fisioterapia en la universidad de Marsella cuando leí el libro de Therese Bertherat "El cuerpo tiene sus razones". Es un libro que tuvo un gran éxito en aquellos años (de 1975 a 1985), porque ponía en evidencia el importante papel de la vida emocional en los trastornos posturales, musculares, articulares, y en muchas enfermedades auto-inmunes. Siempre había pensado que era posible tratar a la persona entera y no solamente a su síntoma, que el cuerpo es el reflejo del alma, que la consciencia de las sensaciones permite transformar un cuerpo objeto en cuerpo sujeto que vibra, resuena, tiene historia. El libro hablaba de esto y me llevó a pensar que algún día trabajaría en esa línea.

Tras obtener el título, Ud. comienza su carrera profesional ejerciendo varios años como fisioterapeuta. Pero no se siente plenamente satisfecho con este marco terapéutico, al menos en su vertiente más clásica. ¿Por qué?

En realidad trabajé poco tiempo con la fisioterapia tradicional. Rápidamente me di cuenta de que los tratamientos clásicos tenían efectos superficiales y pocos duraderos. Como las causas profundas no se ponían al descubierto ni se trataban, acababan por reproducir los mismos efectos. Los síntomas se volvían crónicos y el paciente no conseguía salir de este círculo vicioso. Yo intuía que existía otra forma de ayudar al paciente a liberarse de sus síntomas, más completa, más global, más eficaz.

Conoce en el año 79 a François Mézières, que va un paso más allá de la fisioterapia clásica. ¿Qué novedades aporta F. Mézières?



Ya antes de terminar los estudios me había apuntado a la formación con F. Mézières, porque tenía ganas de conocer directamente a la gran maestra que había inspirado a T. Bertherat.

F. Mézières fue una pionera de la fisioterapia postural, la primera que sistematizó un método de reeducación global que aplicaba de manera sencilla el concepto de “cadenas musculares”. Según este concepto, todos los músculos del cuerpo son interdependientes, están organizados en cadenas, de tal forma que cualquier lesión o desequilibrio en una parte del cuerpo puede transmitirse y manifestarse en otra región. Ella proponía una serie de posturas de estiramiento para recuperar la elasticidad muscular perdida y así restaurar el equilibrio horizontal y vertical del cuerpo. ¡Era una nueva forma de entender la anatomía y la corrección de la

postura, y me encantó!

A partir de 1979 comienza Ud. a aplicar en su consulta la fisioterapia tal como F. Mézières la entiende. Se inicia un período de seis años de intenso trabajo clínico pero... una vez más, llega a la conclusión de que el método que está utilizando es incompleto. ¿Qué lo lleva a esta conclusión?

Desde una visión puramente bio-mecánica el método Mézières parecía perfecto. Pero no tenía en cuenta los aspectos psico-emocionales de la historia de la persona y cómo se manifiestan en el cuerpo. Mis pacientes no tardaron mucho en enseñarme que cambiar de postura es un proceso complejo que no se limita a reorganizar huesos y músculos. Durante las sesiones algunos de ellos vivían reacciones emocionales, otros relataban sensaciones intensas, algunos recordaban momentos olvidados de su infancia; todos sentían la necesidad de compartir, con palabras, esas diversas expresiones para ordenarlas y transformarlas en pensamientos.

Recorre Ud. entonces al psicoanálisis para completar su método de trabajo. Tengo entendido que su mayor influencia en este campo viene del psicoanalista y psiquiatra suizo Jean Sarkisoff. ¿Qué incorpora su método del psicoanálisis?

Al principio, cuando una expresión emocional se manifestaba en una sesión, yo hacía lo que naturalmente me salía: acompañar y acoger la emoción, y escuchar lo que la persona decía de sus sensaciones, imágenes, recuerdos. Progresivamente, fui organizando un cuadro terapéutico pensado para acoger la dimensión sensorial y emocional que emergía del trabajo corporal global. Paralelamente, experimenté varios tipos de terapias psico-corporales, porque era evidente que yo mismo necesitaba conocerme profundamente, física y psicológicamente, para poder ayudar a mis pacientes. Finalmente, conocí a este gran psicoanalista suizo, J. Sarkisoff, que me permitió llegar personal y profesionalmente a una honda comprensión del trabajo del inconsciente, y a ser capaz de detectar cómo se manifiesta corporal y verbalmente. Sobre todo,



me ayudó a entender e integrar los aspectos transferenciales de la terapia corporal global.

Llegamos así al año 1985, en que Ud. considera que su método es diferente de cualquier otro y decide crear la TM, en la que continuará trabajando hasta el día de hoy. ¿Cuáles son sus rasgos fundamentales?

A lo largo de los años, con mis colaboradores, transformamos totalmente la forma de trabajar las posturas globales con micro-estiramientos, toques suaves, precisos, conducción verbal colaborativa, incorporando el trabajo respiratorio diafragmático e integrando la consciencia sensorial en todas las fases de cada sesión. Completamos nuestro cuadro terapéutico con otras técnicas: masaje sensitivo envolvente, masaje profundo del tejido conjuntivo, masajes específicos (abdominal, manos, pies, rostro...), movilidades específicas (brazos, piernas, cabeza), trabajos de consciencia de la postura... E integramos la expresión corporal, emocional y sensorial como representaciones naturales de una misma realidad: la unidad psicopostural. La postura es un equilibrio complejo que se vive y se manifiesta en el presente pero tiene sus raíces en nuestra historia psico-afectiva infantil.

Así construimos un método muy estructurado, una terapia psicocorporal global que permite profundizar en estos tres campos (corporal, emocional y sensorial) y, sobre todo, articularlos entre sí, de tal manera que se restaura la comunicación cuerpo-mente-emoción-sensación. Un método que resulta adecuado tanto para personas que sufren de patologías musculares, articulares, respiratorias, deformaciones y dolores corporales, como para las que padecen trastornos psicológicos: estrés, angustia, depresión, insomnio, problemas alimentarios...

Trabajamos el cuerpo con los mismos principios que un psicoanalista: no forzamos, no empujamos, no juzgamos, no decimos al paciente lo que tiene que hacer o sentir. Respetamos el ritmo de cada persona.

Cada cuerpo contiene la historia de la persona y el equilibrio postural se articula con el equilibrio psico-afectivo, porque los dos interactúan siempre aunque no tengamos consciencia de ello. Ayudamos a nuestros pacientes a tomar consciencia de los lazos que unen cuerpo-emoción-sensación para desactivar los mecanismos patológicos que son responsables de la aparición del síntoma.

Cuando los músculos retraídos sueltan sus tensiones y recuperan su elasticidad, los contenidos emocionales son liberados y se expresan corporalmente, emocionalmente o sensorialmente, o en los tres campos a la vez. Es importante que el terapeuta disponga de un método que permita acoger e integrar la diversidad de todas estas manifestaciones, porque gracias a ellas tenemos acceso a la riqueza y complejidad de la personalidad de cada individuo.



Así pues, a través del cuerpo llegan Uds. a los traumas guardados en la inconsciencia. Con todo, ese trabajo físicamente próximo entre terapeuta y paciente ¿no supone una dificultad con los pacientes más reservados?

Como en cualquier proceso psicoterapéutico, a lo largo de las sesiones se desarrolla un clima de confianza que facilita la abertura de la consciencia. La particularidad de nuestro método reside en que esta relación de confianza, esencial para

engranar el proceso y profundizar en él, se construye no solamente a nivel verbal sino también corporal. El paciente, de la misma manera que reconoce el tono de la voz, integra gradualmente las particularidades del toque de su terapeuta: el calor de la mano, su tamaño, su forma, su consistencia, su peso, la manera de posarse... Poco a poco la persona se familiariza con la calidad del toque respetuoso, delicado, preciso, adaptado, atento. Este toque empático restaura la comunicación corporal y la capacidad de dejarse tocar, cuidar, nutrir, guiar... que por diversas razones se habían congelado en alguna fase del crecimiento. Como los bebés y los niños pequeños, el paciente interioriza los toques afectuosos y los cuidados corporales delicados para sentir su individualidad y sentirse un Ser de valor. La recuperación de la comunicación corporal natural en un clima de intimidad y proximidad tiene un valor psicológico muy importante y constituye uno de los ejes esenciales del tratamiento. Apoyado por el cuadro del método, muy estructurado, el terapeuta sabe adaptarse al ritmo de sus pacientes, incluso los más reservados o cerrados, y les ayuda a salir de su “madriguera” y retomar el contacto con el Otro.

¿Cómo se explica el proceso de reparación o reequilibrio del individuo? En otras palabras, ¿qué está ocurriendo en el individuo cuando su cuerpo y/o su mente libera memorias, emociones...?

Recordemos que muchas tensiones corporales crónicas están relacionadas con recuerdos o emociones reprimidos en el inconsciente. Cuando el trabajo corporal libera estas memorias y emociones, la gran cantidad de energía que servía para mantenerlas presas se vierte en la sesión y puede manifestarse de varias maneras. Por ejemplo, la persona vive una emoción, intensa o liviana. El terapeuta la acoge tranquilamente, pues sabe que esta energía es la que mantenía la hipertensión en el cuerpo. Y cuando termina la ola emocional le ayuda a expresar con palabras lo que ha vivido. La expresión verbal permite simbolizar, es decir, transformar en pensamiento algo que había quedado como un material “bruto”, impensable o confuso.



A veces, la gran cantidad de energía liberada se manifiesta con sensaciones intensas en algunas regiones del cuerpo. El terapeuta pregunta y ayuda a su paciente a expresar verbalmente todas las “facetas” de lo que siente, porque sabe que las sensaciones son un lenguaje que necesita ser descodificado para poder ser integrado.

Cuando las emociones y sensaciones son elaboradas verbalmente y transformadas en pensamientos, son asimiladas y vuelven a formar

parte de la historia psicoafectiva de la persona, mientras el cuerpo y la postura recuperan su equilibrio y tonicidad elástica.

Lo que re-equilibra tanto a nivel físico como psíquico es la integración e interacción de lo corporal con lo sensorial y lo emocional.

#### ¿Cómo es una sesión tipo en la TM? ¿Existe un esquema habitual?

La sesión de TM se desarrolla en un esquema muy organizado y ritualizado que tiene un gran valor terapéutico, pues transmite al paciente el sentimiento de fuerza, permanencia, continuidad, coherencia... Empieza de pie con una lectura-contacto, prosigue en el suelo sobre el tatami, y termina de pie, como al principio. Los pasos han sido pensados para favorecer la mayor profundidad de transformación cuerpo-mente posible, pero con mucha seguridad. La solidez del cuadro permite al Morfoanalista total libertad de adaptación y creación en función de la relación terapéutica, de lo que el paciente dice o vive, de su comprensión, intuición y análisis de la evolución del tratamiento. Cada sesión es diferente de la anterior así como de la siguiente. El terapeuta dispone de muchas herramientas verbales y corporales que puede utilizar a voluntad en función de la persona y del momento. Cada sesión es una creación singular.

Al defender la TM que cuerpo y psique son dos caras de una misma moneda y considerar que su tratamiento conjunto es la opción óptima, ¿está la TM dejando obsoletas la psicología o la fisioterapia? ¿Tienen esos otros cuadros terapéuticos también su sentido y su espacio?

La psicología y la fisioterapia tendrán siempre sus campos respectivos y sus aplicaciones específicas. La TM, al igual que otros métodos psicocorporales, abre un campo terapéutico nuevo que permite reunir la transformación de las estructuras posturales con la de las estructuras psíquicas. El trabajo con la piel, la musculatura, la respiración, pone al paciente

directamente en contacto con su historia sensorial-emocional y permite reparar traumatismos primitivos inconscientes que estaban frenando o bloqueando el desarrollo natural de la personalidad. De este modo, podemos tratar pacientes que desde otras perspectivas terapéuticas habían sido considerados “No-analizables”.

En 2015 se iniciará un período de formación, en Galicia, para personas interesadas en convertirse en terapeutas Morfoanalistas. ¿En qué consiste ese período formativo y cuánto dura?

La particularidad de nuestra formación es que integra la parte experiencial con el aprendizaje de las técnicas y la adquisición de los conocimientos teóricos necesarios. A fin de estar plenamente preparado para ejercer como Morfoanalista, es imprescindible que el alumno pase por la experiencia intensiva de la terapia que más tarde podrá aplicar a sus pacientes. Por tanto, el grupo formativo funciona como un grupo terapéutico y, aunque hubiera hecho anteriormente otros recorridos terapéuticos, cada alumno tiene la oportunidad de profundizar y completar su autoconocimiento más allá de lo que hubiera imaginado, con el apoyo de formadores muy competentes y experimentados.

La otra particularidad es que, tras los 2 años y medio que dura la formación de Base, cada alumno puede decidir con plena consciencia si quiere continuar con el 2º Ciclo para convertirse en profesional o prefiere quedarse con lo que ha aprendido hasta ahí.

La formación completa dura 3 años y medio.

¿Cuál es el perfil profesional más habitual entre las personas que se quieren formar en la TM?  
¿Es importante disponer de alguna formación previa específica: en psicología, en fisioterapia...?

Muchos candidatos son profesionales de la salud física o psíquica: fisioterapeutas, psicólogos, osteópatas, médicos, neurópatas, enfermeras, etc. Pero la formación está abierta a otras personas que tienen experiencias muy valiosas del trabajo corporal y de la dimensión psico-emocional del equilibrio postural, sin que necesariamente hayan de tener un diploma universitario; o incluso a personas que quieren aprovechar la fuerza del grupo terapéutico y utilizarlo como camino de crecimiento y de transformación.

Habla de crecimiento, transformación, autoconocimiento... Son objetivos con frecuencia buscados a través de muchas otras técnicas, como los diversos tipos de meditación. ¿Es la TM una alternativa posible a la meditación? ¿Es compatible con la meditación u otras técnicas usadas para el autoconocimiento?

No hay ninguna contraindicación con la práctica de la meditación. En la TM los pacientes desarrollan su capacidad de interiorización, de ocupar su propio cuerpo, escuchar e identificar sus sensaciones, asociarlas con sentimientos, acoger las emociones y contenerlas en el cuerpo... de tal manera que podemos decir que cada sesión de TM, aunque es muy interactiva



y dinámica, tiene un componente “meditativo” intenso que ayuda al paciente a estar siempre más presente, más consciente, más consigo mismo.

¿Cuáles son los problemas más comunes con que llegan las personas a sus consultas?

Podemos clasificar las demandas de nuestros pacientes en dos categorías principales.

Los que sufren problemas físicos, agudos o crónicos, teniendo una cierta consciencia de que esos síntomas son la expresión a nivel corporal de una serie de situaciones afectivas y choques emocionales no resueltos. Necesitan una terapia que pueda acoger y tratar el dolor físico pero que también atienda la dimensión psicológica de las causas inconscientes de esos síntomas.

La 2ª categoría está conformada por personas que sufren trastornos emocionales diversos, como anorexia, depresión, insomnio, bulimia, angustia... que sienten intuitivamente la necesidad de recibir ayuda verbalmente, pero también a través del cuerpo.

La mayor parte de nuestros pacientes han intentado otros tratamientos con pocos resultados antes de decidirse por una solución integradora cuerpo-emoción-sensación-palabra-relación, y escoger empezar una TM.

La gran crisis económica que los países occidentales están atravesando, ¿ha supuesto algún cambio en la cantidad o cualidad de las personas que acuden a las consultas de las y los terapeutas Morfoanalistas?

No. Solamente ha acentuado y hecho todavía más evidente la interacción continua entre el equilibrio psicológico y el corporal-postural. El cuerpo refleja las tensiones y angustias que la crisis le inflige.

En la actualidad, la TM está presente en Brasil, España, Francia y Suiza. ¿Hay planes para extender este cuadro terapéutico en esos países y hacia otros países?

De momento estamos fortaleciendo la calidad de las formaciones en estos países. Más adelante nada impide que podamos desarrollar la TM en otras regiones de Europa o América del Sur.